

# Coronavirus (COVID-19) Facts

Обновлено 9 апреля 2020 г.

## Оставайтесь дома во время вспышки COVID-19

Чтобы уменьшить распространение коронавируса, муниципалитет издал Указ по Здравоохранению, требующий, чтобы люди оставались дома, за исключением основных потребностей. Этот Указ действует до дальнейшего уведомления. Практикуя социальное дистанцирование, мы можем сгладить кривую и спасти жизни. Сан-Франциско не может сделать это в одиночку - нам нужна помощь и сотрудничество каждого во время этой чрезвычайной ситуации в области общественного здравоохранения.

### Что это значит?

- **Каждый** должен оставаться дома, за исключением: покупка продуктов, ухаживать за родственником или другом, получить необходимую медицинскую помощь или пойти на важную работу.
- **Не собирайтесь с другими людьми.** Не встречайтесь с друзьями. Бары, ночные клубы и спортивные залы должны оставаться закрытыми.
- Это нормально выходить на прогулки, но не группой.
- Если вы **пожилой человек** или имеете серьезное **хроническое заболевание**, вы особенно уязвимы и должны **оставаться дома**.
- **Основные функции местных органов власти** будут продолжены, включая первоначальных спасателей и правоохранительные органы.

### Что делать?

- Контактируйте с семьей и друзьями по телефону и емайлу, особенно с пожилыми или лицам с хроническими заболеваниями.
- Вы можете продолжать покупать **продукты питания, медикаменты, предметы первой необходимости в продуктовых магазинах, аптеках, на бензоколонках и в магазинах хозяйственных товаров.**
- Вы можете продолжать уход или содействовать снабжению припасами близких. Откажитесь от предоставления ухода или от содействия по снабжению, если вы больны.
- **Если вы заболели**, пожалуйста, позвоните своему врачу, на горячую линию медсестры или в неотложку. Не ходите в отделение неотложной помощи госпиталя, если у вас нет чрезвычайной ситуации.

## Основные принципы здравоохранения по-прежнему в силе



Мойте руки с мылом и водой в течение 20 секунд.



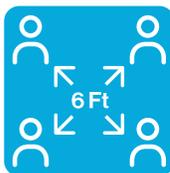
Прикрывайте лицо, когда вы выходите из дома.



Позвоните своему врачу если вы заболели.



Избегайте прикосновения к лицу.



Избегайте групп (соблюдайте расстояние не менее 2 метра). Сократите время, в течение которого вы находитесь рядом с другими вне дома, даже если на расстоянии по крайней мере 2 метра.

### Будьте в курсе

Пошлите текст COVID19SF на номер 888-777, чтобы получить текстовые оповещения для официальных обновлений.

### Для получения дополнительной информации,

позвоните по номеру 311 или посетите [SF.gov/Coronavirus](https://www.sfdph.org/SF.gov/Coronavirus)



City & County of San Francisco  
**Department of Public Health**  
Департамент Здравоохранения г. Сан-Франциско